

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

なすがボリューム満点のメインに変身です!

なすのコトレッタ

調理時間

25分

1人分

243kcal



※写真はイメージです。

秋の旬食材



なす

+

使ったのはコレ!



キュービー
燻製マヨネーズ



つくり方動画を
配信中!

《レシピ考案》
Goo Goo Foo
フードクリエイター
堀池 美由紀



なすのコトレッタ

材料/3~4人分

なす	3本	
ミニトマト	4個	
パン粉(細引き)	30g	
粉チーズ	10g	
A	小麦粉	大さじ4
	牛乳	大さじ3
オリーブオイル	大さじ5	
キューピー 燻製マヨネーズ	適量	
バジルの葉	2枚	

作り方

- ①なすは1cmの輪切りにして水にさらし、キッチンペーパーなどで水気をよく抑える。ミニトマトは4つ割りにする。パン粉はざるでこして、細かくし、粉チーズを加える。
- ②ボウルにAを混ぜ衣をつくる。①のなすを加えて衣をまとわせ、全面にパン粉をつける。
- ③フライパンにオリーブオイルの半量を熱し、②を並べ、上から残りのオイルをかけて、きつね色にカリッと焼けるまで、両面揚げ焼きにする。
- ④お皿に③を並べ、「キューピー 燻製マヨネーズ」、ミニトマト、ちぎったバジルの葉をちらす。

※コトレッタ=イタリア語で“衣をつけて揚げる料理”のこと。